DESPRE VAMPIRISMUL ENERGETIC SI PROTECTIE

Avem in jurul nostru un invelis energetic - aura - menit sa ne protejeze impotriva atacurilor energetice din afara. Un om calm, cu sufletul linistit si impacat, are un invelis energetic intact, sanatos, fara portiuni subrezite sau sparturi. Cind sufletul este insa nelinistit, cind omul traieste in fiecare zi emotii negative - ura, furie, iritare, invidie (pizma despre care se vorbeste si in scrierile crestine) etc. - aura il slabeste, se subtiaza, apar fisuri care se largesc, deschizind acces vampirilor energetici, ca si bolilor si nenorocirilor de tot felul. La fel cum scoarta copacului trebuie sa ramina intacta pentru a feri copacul de fel si chip de paraziti, tot asa si aura noastra este menita sa ne protejeze, sa ne apere. De aceea, este indicat sa eliberam emotiile negative, sa ne pastram calmul si ne vom mentine aura intacta, ferind-o de fisuri, ceea ce ne va face intangibili la atacurile din afara. Este bine sa stim ca, deoarece functia aurei si cea a scoartei copacului se aseamana - amindoua protejeaza, in calitate de invelis, corpul fiintei vii, om sau copac -, aura poate fi refacuta apelind la ajutorul scoartei arborilor. Scoarta corespunde misiunii lui Saturn, care ne educa spiritul, il intareste, ii fortifica sistemul nervos; astfel capatam tarie de caracter, fermitate.Pentru a ne intari aura, vom imbratisa arborele care ne reprezinta si vom bea decoct din scoarta copacului preferat.

Vampirismul energetic este o ocupatie nu tocmai inofensiva. Influentarea oamenilor la un asemenea nivel al campului este cu mult mai dificila decat ne putem inchipui. Vampirismul inseamna nu doar furtul unei anumite cantitati de energie, incalcarea invelisului campului si crearea conditiilor pentru pierderile ulterioare de energie dar si prejudicierea structurii fine a campului care poate duce la deformarea liniilor karmice ale destinului, sanatatii, psihicului. Dupa un furt masiv de energie apar devieri psihice. Omului, care incepe sa se foloseasca de energia altuia, i se inchid canalele de comunicare cu Universul iar el este nevoit sa ia din ce in ce mai multa energie. Astfel pot aparea boli grave si chiar moartea. Inceputul acestui proces sta in egoismul exacerbat manifestat in ganduri, emotii sau fapte, in neintelegerea unitatii lumii. Aceasta blocheaza canalele de legatura cu cosmosul si provoaca o cadere energetica. Acest proces e greu de oprit. El condamna copiii "vampirului" la niste boli grave intrucat acestia se nasc cu canalele de legatura cu Universul inchise si atunci fie ca sunt supusi vampirismului fie ei insisi vor deveni vampiri si vor continua ruinarea propriului suflet.

Cum procedeaza oamenii care au nevoie de energie? Ei infurie, chinuie victima, cauta diferite mijloace de a subjuga omul pentru ca a lua de la unul egal tie e complicat. E mai usor sa iei de la acela pe care l-ai subjugat.

De ce devine omul sadic? Parintii sai au renegat comuniunea cu lumea, au renegat inaltele sentimente ceea ce a dus la inchiderea completa a canalelor care-I unea cu Universul. A inceput degradarea si destramarea structurilor campului. Energia nu putea fi procurata din alta parte decat de la oameni. Daca este vorba de un copil, acesta incepe sa-si irite mama, s-o necajeasca. Ea incepe sa tipe in permanenta, se infurie si ii cedeaza energie. Copilul isi bate joc de colegii de joaca, ii jigneste, chinuie animalele, rade si isi bate joc de cei varstnici in scopul obtinerii energiei. Prin urmare provocarea de chinuri fizice si spirituale unui alt om este una din formele de vampirism.

Putini cunosc cat de grava e pedeapsa pentru vampirism si cat de putine sunt sansele de a iesi din aceasta situatie. Unul din mijloacele spirituale de aparare impotriva unui om certat cu regulile eticii, care incearca sa fure energie il constituie rugaciunea pentru ca aceasta constituie in acelasi timp si un ajutor pentru corectarea deformatiilor structurilor sale spirituale. "Rugati-va pentru cei ce va blestema si binecuvantati-i pe cei ce va urasc."

Atat noi cat si ceilalti putem intretine sau lua rolul de "vampiri". Vampirismul este o "boala" care produce leziuni intr-unul din corpurile energetice - umane. Cand acesta este perturbat, nu se mai receptioneaza raspuns prin sentimente la impulsurile superioare. Asa apare nevoia de hrana energetica, de preluare de energie de la ceilalti; uneori acesta este insesizabila, dar se poate agrava - urmarile fiind destul de grave, atat pentru el, Vampirul energetic, cat si pentru Victima/e.Acestia sunt de obicei pacienti cu tulburari de personalitate sau apartinand unui anume context socio-cultural. Solutia este sa evitati certaretiicare nu-si pot exprima sentimentele negative decat in forma conflictuala; exista indivizi care au o mica disputa cu ridicat de voce cel putin 1/zi. Nu este normal!

Cum ii recunoastem:

- dupa gradul de epuizare pe care ni-l produc.

- nu ne aduce nimic, ne regreseaza, si ne pericliteaza echilibrul emotional. O persoana care a fost victima unui vampir energetic, prezinta urmatoarele simptome:

- oboseala acuta - in cazul unor atacuri repetate, starea de oboseala devine cronica, iar persoana atacata simte nevoia unei odihne prelungite.

- vlaguire - se simte o lipsa acuta de energie. Persoana in cauza devine vampir energetic involuntar.

- nervozitate - stari de enervare fara motiv aparent.

- dureri de cap

- ameteli

- greturi

- lipsa poftei de viata

- pierdere temporara de memorie - acest simptom, apare intr-o faza mai avansata

- in unele situatii - aritmie cardiaca

Profile vampirice:

Lamentosii cronici:

- ne vampirizeaza deoarece cererea lor de afectiune este fara sfarsit si noi suntem incapabili sa o satisfacem sau sa o facem sa evolueze, in timp ce ei ne investesc cu rolul de SALVATOR - chiar daca nu avem nici capacitatea si nici dorinta.

- acesti eterni nemultumiti/vaicareti ne pun in situatia frustranta, de a rata oferirea unui sfat, deoarece in realitate ei nu sunt in starea de spirit pentru a ne primi sfatul, ei doar vor sa se descarce, sa ia energie...

Dependentii:

- ei ne cer constant dovezi de dragoste, ne solicita pentru oricare mica decizie, agatandu-se de noi ca niste copii; ei ne pun in pozitia de parinti si ne pun pe umeri o responsabilitate coplesitoare. Cum vrem sa ne luam distanta, ne si invadeaza culpabilitatea. Dependentii considera persoana de langa ei intregul lor univers si o epuizeaza cu solicitarile lor.

Hipersensibilii:

- sensibilitatea lor exagerata ne obliga sa avem tot timpul grija: totul devine subiect de justificare, totul este susceptibil sa provoace o drama. Ne condamna la un autocontrol permanent - ce stres!

Conflictualii:

- Pentru ei rezolvarea problemelor trece prin agresivitate, ceea ce nu ii costa nimic, de vreme ce conflictul este modul lor specific de functionare, este starea lor de spirit. Ei nu cunosc si nici nu inteleg existenta unei stari de pace. In schimb, acest tip de relatie este bogat in emotii pentru persoana agresata, care va iesi goala de aici!

Cei in afara legii:

Rolul lor si teritoriul lor nu sunt niciodata clar definite, ceea ce obliga la o renegociere nesfarsita. Cum regulile nu sunt stabilite odata pentru totdeauna, fiecare trece prea usor in terenul celuilalt. Ei nu functioneaza dupa regulile stabilite si tot ce fac considera ca este normal.

Solutii:

- sa invatam sa punem limite, sa tragem granite, pentru a nu ne lasa inghititi de catre celalalt. Astfel riscam sa ne supunem patologiei celuilalt si sa devenim victima sa si apoi sa ne afundam in agresivitate si ranchiuna.

De regula sa ne indoim total de rolul nostru de SALVATOR!

Adeseori ii putem ajuta pe cei din jurul nostru, dar prea rar ii putem salva!

A lua rolul de salvator este mai degraba un semn al slabiciunii Ego-ului.Atunci cand ne creste nervozitatea, se impun doua intrebari:

- sunt eu oare persoana care trebuie sa se ocupe de aceste probleme?

- trebuie eu sa fiu persoana care ajuta sau eu trebuie sa-mi vad de lectiile mele?

Terapeutul, de obicei, recomanda ruperea totala si imediata (macar pentru un timp) a cordonului care se afla intre cei doi. Si abia aici incepe problema. Cel care este vampir energetic va simti revolta donatorului de a-l alimenta. Daca din punct de vedere fizic, vampirul energetic era sanatos si donatorul bolnav, se ajunge - invariabil la colaps sau asa pare. (Unul se simte bine si unul e bolnav!) - Unde-i logica? Ruperea legaturilor patologice, dintre cei doi, provoaca automat dezechilibru la vampirul energetic, trezind protest activ energetic la el (sigur, depinde si de stadiul "bolii vampirice").

Secretul eliminarii acestui comportament este sa invatam sa iubim si sa daruim mai mult decat sa asteptam de la altii; astfel vom primi o uriasa cantitate de energie din Univers.

Un vechi proverb spune: "Daruind vei dobandi". Darul suprafiresc se reflecta asupra-ti, se intoarce la tine ca un bumerang, ca o raza de lumina proiectata de oglinda si te va implini. Vei fi fericit si implinit cu tine insuti si astfel pregatit sa daruiesti din nou.

Relatiile personale sunt pentru noi un set inepuizabil de teste si totodata profunde lectii de intelegere

Poate ca nimic nu ne solicita mai mult generozitatea si intelepciunea ca o relatie - amoroasa, profesionala, amicala, filiala - orice implica a fi fata-n-fata cu cineva. Orice relatie personala ne atinge fiinta la toate nivelurile: fizic, emotional, mental, energetic, spiritual. Interactiunea la nivel energetic este rareori constientizata. Desi, in permanenta are loc un schimb de energie intre noi si cei din jurul nostru, ce poate lua forme cu atit mai dramatice cu cit sintem implicati mai profund intr-o relatie. Dar un schimb masiv de energie se poate face si in intalniri absolut accidentale si de o durata extrem de scurta. Din pacate, cel mai adesea, nu in avantajul ambelor parti.

Arta de a relationa constructiv nu ne-a fost niciodata predata. Nimeni nu ne-a explicat ce se intampla cand doua fiinte umane intra in legatura, ce schimburi subtile se produc inainte de prima strangere de mana, inainte de primul zambet sau de prima privire incruntata.

Inainte de orice, doi oameni stabilesc mai intai un contact energetic. Chiar daca se afla la mare distanta, simplul gand indreptat catre o anumita persoana ne poate pune in legatura energetica cu ea. Iar aceasta legatura, desi pare inefabila, lipsita de consistenta, creeaza sau intareste matricea unei posibile relatii. Prin canalele energetice avem posibilitatea de a predetermina story-ul unei legaturi. Pentru ca in permanenta exista un circuit energetic intre noi si cei din jurul nostru, orice emotie, gest, cuvant, actiune sau atitudine se traduce in energie care vine spre noi si este emisa de noi. Cand traim un disconfort, pierdem energie, cand suntem multumiti castigam energie.

Cum pierdem energie in cazul unui conflict?

Intr-un conflict, nelinistea pe care o traim tulbura campul nostru energetic. In functie de natura conflictului (sentimental, competitie de valori, concurenta profesionala, confruntare temperamentala etc.) "ancorele" acestor tulburari se fixeaza in diverse zone ale acestui camp energetic. In cazul in care conflictul este mentinut multa vreme, apare riscul materializarii unor boli, corpul nostru suferind un dezechilibru energetic cronic.

Sunt arhicunoscute cateva moduri de furt energetic, cel mai adesea hotii fiind persoanele apropiate: parinti, sefi, soti, etc. Furt de energie prin:

- critica: o resimtim ca invalidanta, negare a valorii noastre, respingere a identitatii sau a conditiei in care ne punem prin gesturile, cuvintele si atitudinile noastre ce sunt criticate - genereaza sentimente de rusine si regret ce saboteaza stima de sine.

- interdictia: atinge libertatea de expresie, ne limiteaza manifestarea, ne induce senzatia unui pericol asupra caruia n-am cazut de acord ca ar exista, neaga afirmarea libera a temperamentului, opreste libera initiativa

- interogarea: hartuieste printr-o investigatie indiscreta ce reclama subordonare prin raspuns - orice intrebare induce presiunea raspunsului, creaza senzatia obligatiei de a satisface curiozitatea celuilalt pentru a beneficia de acceptarea persoanei

- indiferenta: ignorarea resprezinta un mod subtil de a lua energie prin crearea unei prezente "goale" pe care celalalt simte nevoia s-o umple aratand interes pentru starea persoanei ce joaca rolul dezinteresatului, al neparticipantului

- plangerea: creeaza presiunea salvarii, ascultarea fiind o buna forma de a oferi energie; poate sugera responsabilitatea sau obligatia ascultatorului de a sustine sau ajuta persoana ce se plange (vaicareala)

Cum ne putem apara de hotii de energie?

In primul rand sa nu devenim obiectul atitudinilor de mai sus. Sa devenim constienti ca toate certurile, necazurile si frustarile oamenilor au ca scop aprovizionarea cu energie. Aceasta se petrece la nivel subtil, rareori fiind constienti cei implicati. Intelegand natura profunda a acestor manifestari putem zambi cand se incearca antrenarea noastra in conflicte, barfe, vaicareli, judecati, etc. Persoanele din jurul nostru arareori constientizeaza ca prin comportamentul lor hartuie energetic pe cei de langa ei. Adeseori parintii dispun de energia copiilor lor fara sa vrea. Asta nu inseamna sa inceteze a-si mai corecta copilul cand acesta greseste. Ci doar sa invete s-o faca fara a induce copilului sentimente negative, sa o faca cu detasare, fara a manifesta suparare.

In relatia de dragoste adeseori cedam energie fara sa ne-o ceara nimeni. Nu este responsabil celalalt pentru faptul ca am pus la dispozitia sa o cantitate apreciabila din forta si vitalitatea noastra. Nici nu-si da seama, apoi, ca dispune de ea simtindu-se bine.

Este responsabilitatea noastra sa invatam sa ne mentinem integritatea energetica. Cand ne pierdem tonusul fara ca cineva sa ne agreseze? De exemplu, atunci cand asteptam infrigurati si plini de griji ca partenerul sa vina acasa dupa cateva ore de intarziere. Orele de asteptare agitata ne-au consumat energia. Pe care vom incerca sa o recuperam. Cum? Prin metodele de mai sus: interogare, indiferenta, plangere, cearta. Chiar daca suntem justificati in a cere explicatii este importanta atitudinea pe care o avem. Dar nu putem avea o atitudine constructiva daca in sufletul nostru ne simtim folositi, indepartati, ignorati, respinsi sau desconsiderati (si cum am putea sa ne simtim altfel cand ne-am obisnuit ca starea noastra de bine sa depinda de cantitatea de apreciere si atentie primite de la partener?). Nimic mai fals si ca atare si starile de spirit care sunt traite de partenerii care au asteptari. Tonul ne va trada teama sau furia. Iar aceasta atitudine neconstructiva constituie la randul ei un atac energetic la adresa celuilalt, ea indicand modul in care operam in relatie, pozitia fata de partener la acel moment. In mod normal, partenerul se va apara atacand la randul lui sau ignorandu-ne. Si totul a inceput. de la felul in care am interpretat intarzierea - traducand-o in atac la adresa noastra, desconsiderare, lipsa de iubire. Noi proiectam asupra partenerilor de viata frustrarile noastre, lipsa de iubire de sine. Semnificatia pe care am dat-o gestului partenerului creeaza in mintea noastra un scenariu. Asteptarea infrigurata amplifica acest scenariu. Si cum iubitii sunt legati prin fire invizibile, cel mai probabil partenerul va simti de pe drum tensiunea care s-a creat. Poate fara sa-si dea seama, va amana momentul intoarcerii acasa sau soseste (desi iubeste persoana care il astespta) manifestand o iritare inexplicabila. Si jocul poate continua prin cearta, acuzatii, indiferenta, regrete. Si asa unii se imbata, altii se refugiaza la alte femei. Cand oamenii devin constienti de REALITATE jocurile inconstiente si murdare inceteaza.Partenerii devin constienti de frumusetea vietii si au controlul asupra starilor de spirit. Devin Creatori...

De unde ne luam energia fara sa ii "vampirizam" pe cei din jur?

Fiecare om se naste cu rezerve suficiente de energie pentru a trai. Daca uneori insa ne permitem luxul de a o risipi in conflicte, emotii sau ganduri negative, ce ne pun pe minus, atunci trebuie sa invatam sa generam la loc energia de care avem nevoie. Sunt cateva solutii in acest sens:

- rugaciunea, meditatia - rugaciunile de multumire au rezultate. Oamenii sunt invatati sa ceara ceva prin rugaciune. Cand cerem ceva prin rugaciune punem de fapt in evidenta ceea ce nu avem. Si cream conditii sa primi tot mai putin. Cand cerem ceva consideram ca meritam mai mult si il judecam pe Dumnezeu de ce nu ne-a dat. Universul este astfel conceput ca nu primim niciodata mai putin decat meritam.

- bucuria: este o sursa uriasa de energie - rasul, seninatatea, multumirea calma a propriei vieti ne ofera in permanenta vitalitate

- exuberanta, minunarea, incantarea si incitarea pe care le aduc intalnirile frumoase, proiectele care ne inspira, evenimentele ce ne anima

- iubirea: cea mai pura, mai inalta si complexa forma de energie, cu puterea cea mai mare de a crea - vorbim aici de iubirea neconditioanata, care este si singura forma de iubire autentica...

- generozitatea: actul daruirii, al comuniunii create de oferire, ne aduce instantaneu inapoi (prin bucuria celui ce primeste) energia pe care am dat-o si ceva in plus datorita fericirii pe care am generat-o.

Aici se arata cat de important este sa multumim cand am fost ajutati si de asemenea sa ajutam atunci cand persoana si-a formulat dorinta de a primi ajutor (verbal sau in alta forma) altfel nu se genereaza o reactie autentica de recunostinta; recunostinta nefiind utila orgoliului donatorului ci smereniei demne a celui ce primeste .

"Biocampul uman reprezinta o interferenta de cimpuri energetice, care este influentata atit de energia cosmica, cit si de energia pamintului, a mediului inconjurator. Despre schimbul de energii si asa-zisul "vampirism" energetic, ne-a vorbit terapeutul iesean Sorin Balan, specialist in terapia cu biocimp: "Vibratiile locului variaza dintr-o zona in alta, fiind benefice sau perturbatoare. Avem in vedere izvoarele subterane, nodurile retelei Hartman, morminte nemarcate. Pamintul pe care calcam emite vibratii cu ritmuri diferite, influentind starea noastra de spirit. De exemplu, sint locuri care predispun la meditatie, oferind o liniste a mintii, a gindurilor. Noi, oamenii, fiind sisteme deschise, odata ajunsi intr-un alt spatiu geografic, ne acordam in mod instinctiv cu vibratiile locului. Pentru aceasta, fiecare consuma energie - pentru a cobori si pentru a ridica ritmul vibrator al propriului corp energetic".

Cert este ca, spune dl Balan, oamenii percep vibratiile cadrului natural si ale atmosferei vibratorii locale: "De exemplu, la Manastirea Sihastria-Neamt, unde au vietuit parintii sihastri si nu s-a mai mincat carne de 450 de ani, aceste vibratii patrund in biocimpul uman ca un curent placut, inaltind fiinta, imprimind fericire si beatitudine. Intensitatea maxima a acestor energii benefice se simte in biserica, in timpul Sfintei Liturghii". Acelasi lucru se percepe in prezenta oamenilor buni, care au energii pozitive in aura. Dintre acestia, unii au avut experienta celor mai inalte energii, prin practicarea Rugaciunii lui Isus, numita si Rugaciunea Inimii, in acord cu viata de schivnic. Prin structura lor sufleteasca, oamenii sint predispusi la schimburi energetice: "Energiile se schimba intre oameni atunci cind ei pornesc o discutie dar chiar si fara comunicare, stind la o distanta de ordinul metrilor. De obicei, transferul se face inconstient dar poate fi controlat sau oprit prin autosugestie sau inchizind circuitele degetelor de la miini si picioare. Energia trece de la donator la acceptor si invers dar de o calitate inferioara, avantajat fiind doar acceptorul. Pulsul de energie buna primita foloseste insa pentru o perioada scurta de timp. In acest caz, rezolvarea consta in corectarea biocimpului, reechilibrarea aurei, reeducare catre incarcarea cu energie cosmica sau de la natura, asa cum a fost programat omul initial".

Dar exista si schimburi violente. Unii oameni "vampirizeaza" involuntar pe cei deschisi la suflet, darnici, intr-un timp foarte scurt, chiar si daca ii desparte un perete: "Senzatiile percepute de acceptor pot fi o stare generala de bine, de usurare a durerilor, incalzire, cascat, furnicaturi, limpezirea mintii. Donatorul simte incalzire asociata cu stari neplacute in diferite zone ale corpului, durere, furnicaturi in picioare sau miini, senzatie de rece in picioare, greata si golire a plexului solar, somnolenta, senzatie de nisip in ochi, irascibilitate, tuse repetata. Acest schimb de energie incepe de la corpurile subtile spre circuitul intern - corp fizic. Schimbul trebuie intrerupt cind se ajunge la durere in zona rinichilor, unde este sediul energiei ancestrale, dozata la nastere pentru intreaga viata. Uneori, organismul dezechilibrat nu reuseste sa mobilizeze propria energie si sa acopere minusul de energie dintr-un organ cu excesul de energie din altul, omul in cauza luind energie de la un semen de-al sau. Necorectarea dezechilibrului va conduce la un comportament energetic reflex, mai dificil de rezolvat".

Schimb de energie, spune dl Balan, este si fenomenul "deochiului". Acesta se poate explica prin trecerea unei energii de calitate inferioara spre aura copilului mai putin protejat (in general spre cei cu aparare slabita) in momentele de uimire, mirare, cind este deschisa poarta spre subconstient, moment in care energiile devin mobile. Ascultarea necazurilor cuiva predispune, in schimb, la curatirea aurei persoanei care se destainuie pe seama nivelului vibratoriu al celui care asculta: "Acest lucru se simte la spovedanie. Dupa marturisire la preot, oamenii simt ca li s-a luat ceva de pe suflet si au o stare de bine. In acest caz, stratul sapte (aflat la exterior) din aura celui care asculta - preotul - din auriu devine auriu cu pete bleumarin sau bleumarin cu pete aurii. De asemenea, prin rugaciunile unui preot sporit se usureaza si unele blesteme cazute pe unii oameni, parte din necuratenie fiind purificata trecind prin inima celui care se roaga, unde filtrul este sentimentul de iubire neconditionata".

Schimburile de energie intre oameni sau intre om si mediu sint inevitabile si necesare. Spre deosebire de cele involuntare, in transferurile constientizate, autoprotectia nu este cea mai buna solutie, pentru ca ea ar putea conduce, treptat, la izolare de ceilalti oameni si chiar de mediu. In unele situatii dam, iar in altele primim energie, fie ca aceasta este "buna" sau "rea". Important, spune dl Balan, este sa cultivam aceasta energie prin dragostea fata de natura si fata de semenii nostri."

Calea de a pune capat tuturor conflictelor este o cale interioara. Cand se asterne pacea in interior nimic din exterior nu o poate perturba. Nici cea mai puternica furtuna nu poate afecta viata din profunzimile oceanului.Agitatia este la periferie. Daca traiesti la periferie starea ta de spirit este la cheremul vanturilor care vin din toate partile. Ce inseamna sa traiesti la periferie? Sa crezi ca fericirea si bucuria iti vine din afara: din bani, masini, case, functii, partener de viata, etc.Ar insemna ca Dumnezeu sa dea acces la comori numai unora. Coboara in profunzime si acolo vei gasi esenta vietii: bucuria, pacea, iubirea adevarata, iertarea, implinirea, etc."O viata necercetata nu merita traita", spunea Seneca.Inteleptii nici nu o numesc viata, o numesc somn. Cand Tu nu traiesti Viata, nu ai control asupra a ceea ce traiesti, Viata te traieste pe tine. Esti la cheremul ei.

Acest material aduce o perspectiva diferita asupra relatiilor inter-umane si are darul de a ne trezi pentru a intelege modul subtil in care acestea functioneaza de fapt. Solutia nu este sa fugim din calea "agresorilor" ci sa constientizam ca suntem fiinte de Lumina, sa ne bucuram ca ne putem primi energia necesara, sa multumim Tatalui si sa trimitem ganduri de bine spre toti ceilalti pe ideea faca-se voia ta Doamne. Cand suntem in mijlocul unei situatii din cele prezentate mai sus, sa constientizam cum vine o ploaie de Lumina si Iubire care trece prin tot corpul, ca niste lasere, ne protejeaza, ne curata, ne vindeca, ne inalta si se duce ca bine si spre cei din jur. Energia IUBIRII si LUMINII, natura Creatorului, nu intra in conflict cu nimeni si cu nimic. Ea purifica tot, curata tot, vindeca tot,inalta tot.

FICATUL

Puţin mai mare decât o carte obişnuită, ficatul nostru minunat ştie totuşi să realizeze simultan mai multe operaţii şi reacţii chimice decât ar fi capabile cele mai moderne şi mai mari laboratoare, calculatoare sau uzine chimice. Acţiunile biologice ale ficatului, ca şi participarea sa la manifestările noastre vitale sunt ceva mai importante chiar decât cele ale inimii. În numai o zecime de secundă, el este capabil să efectueze fără greşeală câteva sute de transformări chimice simultan. De el depind în mod direct digestia noastră, calitatea sângelui, bogăţia memoriei şi forţa musculară. Ficatul are deci un rol foarte important în viaţa intimă- şi total necunoacută de fiinţa umană obişnuită - a corpului nostru fizic care este un microcosmos în miniatură. De acţiunile sale complexe depind fără îndoială atât sănătatea cât şi viaţa noastră.

Cele 9 proprietăţi ale ficatului:

1. Ficatul secretă zilnic între 0,5 şi 1l de bilă. Acest lichid amar, de culoare galbenă, ne permite în primul rând să digerăm grăsimile ; pe de altă parte, el ne dezinfectează intestinele şi ne protejează împotriva diareei şi constipaţiei. Un ficat obosit nu secretă în cantitate suficientă acest lichid miracol. Consecinţe: digestia materiilor grase devine mai dificilă, insuficient evacuate, substanţele nocive stagnează în intestine, expunând organismul la pericolele rezultând din diaree şi constipaţie.

2. Ficatul transformă şi "umanizează" toate substanţele care intră în corp (el este acela care le face perfect compatibile cu structura noastră, modificându-le prin trasmutaţie şi sublimare frecvenţa de vibraţie pentru ca aceasta să fie la unison cu aceea a aurei noastre, numai astfel aceste substanţe devenind parte integrantă din corpul nostru şi, într-o anumită măsură , din noi înşine), pentru ca ele să ne poată hrăni celulele fără a le agresa. Un ficat slab sau obosit lasă să treacă în întregul organism substanţe străine netransformate (prin transmutaţie şi sublimare) sau insuficient asimilate, care ne vor îmbâcsi în cel mai scurt timp cu toxine.

3. Ficatul primeşte totalitatea materiilor digerate şi le controlează riguros el elimină excedentele şi reziduurile alimentare, tot el interceptează, neutralizează şi expulzează către intestin toate substanţele toxice, distruge bacteriile, aşteaptă ca elementele nutritive să fie transformate prin acţiunea fermenţilor şi enzimelor, pentru a le permite numai atunci să treacă în sânge. Un ficat obosit ne asigură imperfect apărarea şi imunitatea corpului. El lasă să treacă în sânge substanţe neverificate, încărcate încă de toxine şi bacterii nocive. Ca urmare a acestui fapt, apar în timp diverse maladii şi chiar otrăvirea corpului.

4. Ficatul neutralizează la fel de eficient otrăvurile datorate activităţii celulare cât şi pe cele provenind din exterior: alcool, tutun, medicamente, carne etc.

Un ficat slab sau obosit se află în incapacitate de a face eforturi suplimentare, tocmai de aceea atunci el va elimina insuficient aceste otrăvuri care ne intoxică. Pe de altă parte, un mare număr de celule hepatice sunt distruse în contact cu alcoolul, tutunul, cu anumite medicamente sau cu unele substanţe chimice. Dacă această distrugere este cotidiană, ficatul nostru se va

micşora şi se va rigidiza gradat, riscând să fie atins de ciroză.

5. Ficatul normalizează circulaţia sanguină în acelaşi mod în care un baraj dirijează cursul unui fluviu. Asemenea unui burete, el reduce congestiile sanguine care ar putea stânjeni funcţionarea inimii, putând absorbi până la 1,5l de sânge pentru a restabili o ciculaţie normală. Atunci când congestia a fost eliminată, el restituie din nou acest sânge organismului. Unui ficat slab sau obosit îi lipseşte supleţea necesară "înghiţirii" temporare a unei asemenea cantităţi de sânge. Din această cauză, atunci organismul pierde un preţios normalizator al circulaţiei lui sanguine.

6. Ficatul dozează totodată armonios cantitatea de hormoni din sânge, metabolizează grăsimile şi proteinile, stochează vitaminele şi zahărul în aşa fel încât acestea să fie oricând gata să fie folosite. Printre altele, el fixează materialele de construcţie necesare reclădirii şi consolidării acelor părţi ale corpului care au fost victimile unor leziuni sau ale uzurii. De asemenea, tot el este acela care elimină excesul de colesterol. Un ficat slab sau obosit ne va lăsa corpul să îmbătrânească repede fără a-i aduce hormonii care îi sunt indispensabili. El nu mai digeră atunci grăsimile şi proteinile de care avem nevoie. Vitaminile şi zahărul nu mai ajung să fie stocate, părţile afectate sau uzate ale corpului nostru nici nu se mai consolidează şi nici nu se mai reconstruiesc; iar colesterolul ne invadează vasele sanguine.

7. Ficatul ne asigură permanenţa sau constanţa temperaturii interne. Un ficat slab sau obosit nu-şi mai poate îndeplini funcţia termică, făcându-ne astfel să suferim de frig sau de căldură.

8. Ficatul produce un anumit număr de substanţe esenţiale pentru sânge printre care amintim:protrombina şi fibrina, care îi permit sângelui să se coaguleze; heparina care îl face fluid şi globulina, substanţă care îl protejează sau îl imunizează faţă de diverse infecţii. Un ficat slab sau obosit se privează de substanţele necesare coagulării sângelui, ne expune pericolului de hemoragie şi lasă ca sângele să se îngroaşe (să devină dens, vâscos), în dauna vaselor sanguine şi a inimii. El ne abandonează astfel, fără apărare, în faţa bolilor.

9. Ficatul este de asemenea direct răspunzător de echilibrul sanguin, el normalizează procentul de fier conţinut de globulele roşii.

Un ficat slab sau obosit nu mai poate interveni pentru alinarea suferinţelor celulelor noastre, care vor fi înfometate din cauza unui sânge dezechilibrat şi anemiat. O întreagă carte n-ar fi de ajuns ca să descrie cu precizie toate operaţiile, transmutările, transformările, reconstituirile, fixările şi sintezele elaborate de ficat, care este un organ nepereche. A-i pătrunde complet misterele tuturor acţiunilor sale ar echivala cu înţelegerea miracolului vieţii. Dimpotrivă, enumerarea maladiilor rezultând direct sau indirect dintr-o dereglare a ficatului poate fi de natură să ne facă mult mai responsabili faţă de acest agent esenţial al vieţii corpului nostru.

Printre acestea se numără:

-constipaţie şi diaree

-digestie dificilă;
-apendicită;
-diabet;
-obezitate sau slăbirea exagerată a corpului,
-anemie,
-colibaciloză,
-inflamare, fermentaţii putrede şi spasme la nivel intestinal;
-demineralizare;
-incapacitate de a suporta frigul;
-diverse tulburări auditive şi vizuale;
-boli de piele şi tulburări de pigmentare a pielii;
-arterioscleroză şi reumatism;
-hipertensiune arterială;
-sinuzită, guturai şi bronşită cronică;
-astm, boala fânului şi alte manifestări alergice;
-picioare umflate sau roşii;
-dezechilibrul glandular;
-slăbiciune musculară;
-platfus;

-varice, hemoroizi;
-sterilitate şi impotenţă;
-celulită, depresii;
-tulburări menstruale;
-paralizie datorată sclerozei;
-tuberculoză;
-cancer.

Din fericire însă, natura ne furnizează întotdeauna un anumit număr de indicii sau semnale care ne avertizează că sănătatea ficatului nostru este în pericol şi am intrat deja pe panta periculoasă. Graţie acestor semne, putem fi întotdeauna capabili să ne decelăm o eventuală oboseală hepatică.

Aceste semne sunt următoarele:

- limba mai mereu foarte încărcată şi miros urât al respiraţiei;
- ameţeli dese sau chiar senzaţii de sfârşeală;
- balonări şi gaze de fermentaţie în exces;
- migrene şi dureri de cap;
- insomnii, somn agitat;
- urină încărcată sau prea limpede;
- culoare galbenă a pielii şi o privire obosită;
- nas roşu şi pete de culoare închisă pe faţă.

Pentru a evita ca aceste semne de rău augur să se instaleze în organism şi pentru a nu ne lăsa copleşiţi de aceste infecţii, trebuie să acţionăm, mai înainte ca ficatul, organ vital pentru noi să se degradeze. Ştiind toate acestea, noi trebuie, cu alte cuvinte, să-i cunoaştem "prietenii" şi "duşmanii", în special printre alimentele pe care noi le consumăm zilnic.

Astfel, într-o alegere conştientă şi pe deplin responsabilă, ar trebui să spunem cu hotărâre:

NU: zahărului alb rafinat, produs chimic "pur", care ne agresează ficatul şi pancreasul prin simpla sa concentraţie. Neconţinând nici unul dintre fermenţii necesari bunei sale asimilări; el (zahărul) constrânge ficatul să acopere această carenţă cu preţul unui efort suplimentar care îl face să furnizeze el însuşi substanţele deficitare. Acest zahăr alb ar trebui deci să fie permanent alungat de pe masa noastră, în locul lui putând fi utilizat (doar la mare nevoie), mai curând ca un condiment decât ca un aliment, zahărul roşu de trestie.

DA: mierii naturale, fructelor proaspete (în special lămâile) şi fructele uscate dulci, care vor putea înlocui foarte avantajos zahărul alb. Ele alină totodată tulburările hepatice şi favorizează funcţionarea armonioasă a ficatului (în special lămâile, care îl drenează şi îl stimulează în mod deosebit);

NU: sării recristalizate şi rafinate, care este un alt produs chimic pur (clorura de sodiu). Întocmai ca şi în cazul zahărului şi făinii albe, rafinarea artificială îl privează de orice element viu. Din nefericire, acest tip de sare este folosit în exces în alimentaţia noastră.

DA: sării marine nerafinate, purtătoare de viaţă şi vehiculatoare a unor subtile fluide benefice;

NU: uleiurilor rafinate, margarinei şi grăsimilor animale, nefaste pentru sănătatea noastră. Primele, după cum se ştie, sunt fabricate prin intermediul unor procedee care distrug complet enzimele şi vitaminele, lăsând probabil diverse urme de catalizatori şi conpuşi chimici utilizaţi deja, foarte periculoşi pentru ficat. În ceea ce priveşte grăsimile animale, ele sunt acelea care accelerează necroza celulelor hepatice.

DA: uleiurilor obţinute prin presare la rece, fără solvenţi chimici, care luptă eficient împotriva colesterolului; îndeosebi uleiul de măsline care este întotdeauna extraordinar pentru ficat şi care, fiind emulsionat cu lămâie, expulzează în timp record calculii biliari.

NU: conservelor. Pentru a se păstra fără să se altereze, alimentele trebuie să fie fierte de mai multe ori, adăugându-li-se şi anumite substanţe chimice de sinteză (conservanţi). În urma acestui tratament, ele nu mai au nici o valoare alimentară biologică şi ne iau totodată posibilitatea de a utiliza vitaminele conţinute în alimentele crude.

DA: legumelor şi plantelor crude sau fierte numai atât cât trebuie: morcovii, sfecla, varza, anghinarea, ţelina, păpădia, prazul

sau usturoiul care fluidifică secreţiile bilei, vindecă hepatita şi restabilesc pe cale naturală funcţiile hepatice.

NU: pâinii albe, pastelor făinoase şi produselor de patiserie. Diversele lor forme şi preparări, adeseori foarte apetisante, ascund în realitate absenţa substanţelor vii şi a vitaminelor, aceasta datorându-se lipsei grâului integral şi a tărâţei atât de pregnant revitalizante. În schimb, aceste produse sunt bogate în coloranţi, arome chimice şi diverse alcooluri. Prezenţa atâtor elemente nefaste, combinată cu carenţa în vitamine, enzime şi săruri minerale obosesc rapid ficatul, care nu mai poate asigura digestia şi neutralitatea lor.
DA: pastelor alimentare şi pâinii integrale, care ar trebui să constituie baza alimentaţiei noastre. Într-adevăr, toate vitaminele şi aminoacizii pe care îi putem găsi în făina necernută protejează în mod natural celula hepatică împotriva agresiunii toxinelor.

NU: cărnurilor şi mezelurilor. Să ne reamintim că ele sunt pline de proteine de proastă calitate, "de mâna a doua", cum s-ar spune, fiind deja folosite de animalele din care provin. Aceste proteine sunt însoţite de toxine şi deşeuri a căror asimilare ne epuizează foarte mult organele digestive. În special mezelurile (dar şi carnea, aproape la fel de mult) conţin diverse substanţe chimice care ne obosesc şi ne mortifică ficatul. Să nu uităm de asemenea, că tocmai ca şi bazele azotate, carnea acidifică sângele şi că un organism acidifiat devine un teren propice dezvoltării unor maladii grave, cum ar fi chiar cancerul.

DA: cerealelor complete (cum ar fi soia), ciupercilor, legumelor uscate, brânzeturilor naturale şi ouălelor, care în viitor vor înlocui cu succes cărnurile şi mezelurile, proteinele lor pure sunt de primă calitate, ele îi permit ficatului să se refacă fără să-l polueze cu toxine.

NU: alimentelor sintetizate chimic, medicamentelor alopate (numai atunci când le putem înlocui cu remedii naturiste, total nenocive), tutunului şi alcoolului. În contact cu aceste veritabile otrăvuri, un mare număr de celule hepatice mor, iar vasele sanguine se rigidizează, devenind mai fragile şi peirzând şi o parte din capacitatea lor circulatorie. Insuficient energizat, oxigenat şi hrănit, ficatul suferă şi se sclerozează. El nu mai are suficientă forţă vitală pentru a reface celulele deteriorate, pentru a elimina colesterolul în exces, pentru a elabora anumite vitamine şi a filtra substanţele nocive. Încetul cu încetul, se instalează astfel o intoxicaţie generală.

DA: alimentelor naturale care ne ajută să ne dezintoxicăm. Dacă vom înlocui otrăvurile alimentare cu elementele de construcţie conţinute în alimentaţia biologică, ficatul se va reconstitui şi va funcţiona din nou la parametrii săi normali.

NU: surmenajului şi sedentarismului, suprasolicitării fizice şi intelectuale, angoasei şi fricii, care constituie tot atâtea otrăvuri ce ne intoxică celulele corpului. Lipsa mişcării sau exerciţiului fizic (cum ar fi gimnastica sau miscarea terapeutica) este parţial răspunzătoare de apariţia constipaţiei, ca şi de insuficienţele respiratorii. În aceste condiţii, ficatul nu mai ajunge să elimine din organism o cantitate suficient de mare de deşeuri. Acumularea lor ne poate afecta măduva spinării, durificând-o, aceasta conducând la paralizie.

DA: relaxării profunde şi exerciţiilor fizice în aer liber (cel mai bine ar fi la mare sau la munte), sau a exercitiilor terapeutice, care ne vor salva din acest pericol. Atunci când ficatul dispune de timpul necesar eliminării substanţelor nefaste, organismul se dezintoxică mult mai uşor. Aceste miscari terapeutice ne aprofundează şi capacitatea respiratorie, prin intermediul căreia ne putem debarasa de aerul viciat, rezidual din plămâni. Ele sunt deci foarte necesare purificării corpului şi ficatului.

Unele dintre aceste reguli sau principii de bază ne pot părea prea severe şi limitative. Trebuie însă să realizăm că ele constituie baza unei cunoaşteri care ne este vitală. Este o prostie crasă să neglijăm aceste reguli pline de bun simţ sub pretextul că suntem interesaţi în primul rând de spirit şi mai puţin de trup, pentru că un trup bolnav se va aşeza implacabil de-a curmezişul spiritualizării noastre forţate. Să nu uităm acel înţelept dicton latin "MENS SANA IN CORPORE SANO" (Minte sănătoasă în corp sănătos"); bolile ne handicapează, frânându-ne dezvoltarea sau ascensiunea spirituală şi concentrându-ne uneori foarte eficient realizarea aspiraţiilor şi idealurilor noastre înalte.

De fapt, orice boală trădează un anumit dezechilibru în fiinţă. Cunoaşterea mecanismelor prin care sănătatea noastră se poate deregla ne permite să învătăm şi să folosim nenumărate metode pentru a o restabili. La fel cum un bun meşteşugar lucrează cu instrumente foarte bune, şi noi trebuie să ne ameliorăm starea principalului nostru instrument: corpul. Redobândindu-ne sau păstrându-ne nealterată starea de sănătate, eliberăm forţele binefăcătoare care erau ascunse în noi înşine, putând de acum înainte să folosim inteligent aceste forţe pentru realizarea ideilor noastre creatoare.

Instrumentul este deci corpul, iar o piesă esenţială a acestuia este ficatul, care îndeplineşte atât funcţia de"gară de triaj" cât şi cele de centru distribuitor, uzină chimică şi centru anti-otrăvuri în organismul nostru.Trebuie deci să-l protejăm cu deosebită grijă şi să reţinem foarte bine următoarele 10 precepte de aur care, dacă vor fi cu adevărat respectate, ne vor menţine mereu

ficatul într-o condiţie excelentă:

1) Nu ne vom obosi niciodată ficatul aducându-i o alimentaţie plină de deşeuri şi toxine;
2) Nu ne vom otrăvi ficatul lipsindu-l de alimentele bogate în celuloză, care accelerează evacuarea deseurilor;
3) Nu ne vom deteriora sau agresa niciodată ficatul cu alcool sau cu tutun;
4) Nu ne vom slăbi puterea de apărare a ficatului consumând numai alimente acide şi azotate;
5) Nu ne vom distruge ficatul cu alimente denaturate sau printr-un abuz de medicamente chimice.
6) Nu ne vom surmena niciodată ficatul printr-un exces de hrană;
7) Nu vom cere niciodată ficatului eforturi suplimentare administrându-i alimente greu digerabile;
8) Nu ne vom usca ficatul pritr-o circulaţie sanguină deficitară care nu-i aduce sânge proaspăt;
9) Nu ne vom sufoca niciodată ficatul privându-l de oxigen;
10) Nu ne vom congestiona niciodată ficatul refuzindu-i o dietă hidrică care i-ar permite să respire şi să se odihnească.